FFRP 0502
DJS 28-SP-526





REGLES de SECURITE en RANDONNEE
(extrait du mémento fédéral : recommandations, règles techniques et sécurité)

PRATIQUER, ENCADRER, ORGANISER DES ACTIVITES DE MARCHE et RANDONNEE PEDESTRE

LA RANDONNEE
La randonnée pédestre est une activité physique et sportive de nature, qui consiste à concevoir et parcourir un itinéraire en **marchant et sans courir**.

Pour notre club, il s'agit d'une activité éducative et de loisir qui permet de découvrir, apprendre à reconnaitre le terrain, l'environnement et les patrimoines naturels et humains.

Une promenade est un itinéraire pédestre parcouru en moins de 4 heures de temps effectif de marche.
Une randonnée est un itinéraire parcouru en plus de 4 heures de marche.
Une grande randonnée dure plusieurs jours consécutifs de marche.

Conseils
Le pratiquant doit récolter des informations détaillées sur l'itinéraire et estimer son propre niveau.
Ne pas partir seul et prévenir un proche du lieu et de l'heure approximative de son retour.

ENCADRANT
Définition et responsabilité
Est Encadrant de droit, un accompagnateur au sein d'une association. C'est un ou une bénévole.
Il est clairement identifié comme responsable du groupe et agit au nom et pour le compte de l'association sur mandat donné par les dirigeants. Ce peut être un simple accord verbal entre l'Encadrant et le Président.
En cas d'accident, sa responsabilité sera recherchée au civil comme au pénal. La Fédération, pour faire face à cette recherche de responsabilité dans les meilleures conditions, recommande aux accompagnateurs lors de la préparation et la conduite de la randonnée de suivre les préconisations suivantes :

- S'informer et informer les participants sur l'itinéraire, le terrain, la météo, et le niveau des participants.
- Préparer la randonnée : longueur, temps de marche, pauses et durée globale.
- S'équiper en matériel d'orientation, cartes, boussoles, GPS et équipements de sécurité (gilets fluo et sifflet), matériel de communication (téléphone portable).
- S'assurer que les participants sont munis de trousse de soins.

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Comportement
L'accompagnateur :

- Est responsable jusqu'à la fin de la randonnée de l'ensemble des personnes qu'il a pris au départ et qui constitue le groupe.
- Gère l'effort du groupe.
- Assure la cohésion, évite l'isolement.
- Sait en permanence se situer.
- Fait respecter le milieu traversé et respecte les lois et règlements en vigueur dans les milieux traversés, en particulier, le code de la route.

Pour cela, le pratiquant doit être à l'écoute et respecter les consignes de l'accompagnateur.

RECOMMANDATIONS POUR LA RANDONNEE SUR ROUTE

- On se doit de respecter le code de la route.

- S'il existe un accotement ou un trottoir, il doit être utilisé quel que soit le côté de la route où il se situe.

- S'il n'y a pas d'accotement ou de trottoir, les piétions circulent à gauche **en colonne par un**.

- Si le groupe est organisé, il peut choisir de circuler à droite. L'empiétement du groupe sur la chaussée ne doit pas dépasser 20 mètres de longueur. Si le groupe est important il doit être divisé en sous-groupes et l'espace entre les sous-groupes doit être d'au moins 50 mètres pour permettre aux véhicules de dépasser.

- L'accompagnateur est en tête. En fin de groupe, un serre-file peut être désigné.

- Il faut faire preuve de bon sens et se placer là où le risque est le moins important en fonction de la configuration des lieux.

- **Si le parcours traverse une route, attendre l'accompagnateur pour traverser.**

- **L'accompagnateur n'est pas habilité à arrêter la circulation.**

En conclusion :

Soyez attentifs aux conseils et ordres de l'accompagnateur. Cela peut être rébarbatif, mais ce sont les règles de la Fédération Française.